ANEXO I

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PCRJ/SME PLANO ALIMENTAR – ESCOLA – CARDÁPIO VERÃO

Período de 0 3 de novembro a 07 de novembro de 2025

	E/COORDENADORIAS REGIO		SEMANA
	1ª, 2ª e 3º	3	D
	4ª, 5ª, 6ª e	11 ^a	A
	7ª e 8ª 9ª e 10ª		B C
ano Alimontar –	Escolar (TURNO PARCIAL)		<u> </u>
	ESCOID (TORNO PARCIAL)		
EMANA A			
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2 ^a	Leite batido com banana e mamão	Arroz	Leite batido com maçã, banana e aveia
feira		Feijão	
		Ovo mexido ou omelete	
		Abóbora refogada	
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Cuscuz de tapioca
	_	Gratinado de frango (batata inglesa e frango)	
		Salada de cenoura e tomate	
		Sobremesa: fruta	
4 ^a	Leite batido com maçã, banana e aveia	Arroz	Leite com café
feira		Feijão carioca	Pão com manteiga
		Isca de carne	
		Farofa de couve	
		Sobremesa: fruta	
5 ^a	Mingau de aveia	Arroz	Leite batido com banana e mamão
feira		Feijão	
		Frango ao molho	
		Abobrinha, berinjela e abóbora refogada	
		Sobremesa: fruta	
6ª	Leite batido com banana	Arroz	Leite batido com banana
feira		Feijão	
		Frango com cenoura	
		Salada de batata e repolho roxo	
		Sobremesa: fruta	
te: Guia Alim	nentar – PNAE 2025		1

MANA B					
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)		
2 ^a	Leite batido com iogurte natural, maçã e	Arroz	Leite batido com banana e aveia		
feira	banana	Feijão			
		Omelete ou ovo mexido			
		Salada de beterraba, vagem e chuchu			
		Sobremesa: fruta			
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana e mamão		
feira	Pão com manteiga	Feijão			
		Frango com quiabo			
		Abóbora refogada, assada ou purê de			
		abóbora			
		Sobremesa: fruta			
4 ^a	Leite batido com banana e aveia	Arroz com cenoura	Leite com café		
feira		Feijão	Pão com manteiga		
		Estrogonofe de carne			
		Batata sauté ou assada			
		Sobremesa: fruta			
5 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com iogurte natural, maçã e		
feira	Pão com manteiga	Feijão	banana		
		Frango refogado			
		Farofa de beterraba			
		Sobremesa: fruta			
6 ^a	Leite batido com banana e mamão	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis	Leite batido com maçã		
feira		e repolho roxo)			
		Feijão			
		Frango guisado			
		Sobremesa: fruta			

MANA C					
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)		
2 ^a	Leite batido com banana e aveia	Arroz	Leite batido com banana, mamão e aveia		
feira		Feijão			
		Escondidinho de peixe (purê de batata			
		inglesa e peixe)			
		Beterraba cozida e chuchu sauté			
		Sobremesa: fruta			
3 ^a	Mingau de aveia	Arroz	Leite batido com iogurte natural, maçã e		
feira		Feijão	banana		
		Frango refogado			
		Farofa de beterraba			
		Sobremesa: fruta			
4 ^a	Leite batido com banana e mamão	Arroz	Leite com café		
feira		Feijão	Pão com manteiga		
		Iscas de fígado aceboladas			
		Batata assada ou sauté			
		Sobremesa: fruta			
5 ^a	Leite com café	Arroz	Leite com café		
feira	Pão com manteiga	Feijão	Cuscuz de tapioca		
		Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha			
		Sobremesa: fruta			
6 ^a	Loito hatida aom iggurta natural masã a	Arroz	Loito hatida aam maaã		
o⁻ feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana		Leite batido com maçã		
iella	Dallalla	Feijão Picadinho de carne			
		Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e			
		couve)			
		Sobremesa: fruta			

ANA D	Defeição Lástes (manhã)	Almana	Longho L (tordo)
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2 ^a	Leite batido com banana, maçã e aveia	Arroz com cenoura e passas	Leite batido com banana, maçã e aveia
feira		Feijão	
		Ovo mexido	
		Batata em camadas	
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana e aveia
feira	Pão com manteiga	Feijão	
	_	Frango com cenoura	
		Salada de batata e repolho roxo	
		Sobremesa: fruta	
4 ^a	Leite batido com banana e aveia	Arroz	Leite com café
feira		Feijão	Pão com manteiga
		Frango com quiabo	
		Abóbora refogada, assada ou purê de	
		abóbora	
		Sobremesa: fruta	
5 ^a	Leite com café	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e	Leite batido com maracujá e banana
feira	Pão com manteiga	abobrinha)	,
		Feijão	
		Carne moída	
		Sobremesa: fruta	
6 ^a	Leite batido com maracujá e banana	Arroz	Leite com café
feira	,	Feijão	Pão com manteiga
		Frango ensopado	
		Repolho sauté	
		Sobremesa: fruta	

ANA A			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maçã, banana e aveia	Arroz	Leite com café
feira		Feijão	Cuscuz de tapioca
		Ovo mexido ou omelete	
	Fruta	Abóbora refogada	
		Sobremesa: fruta	Fruta
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Gratinado de frango (batata inglesa e frango)	
		Salada de cenoura e tomate	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite com café	Arroz	Leite com café
feira	Pão com ovo mexido	Feijão carioca	Pão com pastinha de tomate e orégano
		Isca de carne	
		Farofa de couve	
		Sobremesa: fruta	
	Fruta		Fruta
5 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana e aveia
feira	Pão com manteiga	Feijão	
	_	Frango ao molho	
		Abobrinha, berinjela e abóbora refogada	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
6ª	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café
feira		Feijão	Pão com manteiga
	Pão com manteiga	Frango com cenoura	
		Salada de batata e repolho roxo	
		Sobremesa: fruta	
	Fruta		Fruta

MANA B					
	Desjejum	Almoço	Lanche IV		
2 ^a	Leite batido com maçã e aveia	Arroz	Canjica		
feira		Feijão			
		Omelete ou ovo mexido			
		Salada de beterraba, vagem e chuchu			
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta		
3 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café		
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido		
		Frango com quiabo			
		Abóbora refogada, assada ou purê de			
	Fruta	abóbora	Fruta		
		Sobremesa: fruta			
4 ^a	Leite com café	Arroz com cenoura	Leite com café		
feira	Pão com	Feijão	Pão com frango, cenoura, maçã e cebol		
	manteiga	Estrogonofe de carne			
		Batata sauté ou assada			
		Sobremesa: fruta			
			Fruta		
	Fruta				
5 ^a	Leite batido com maçã	Arroz	Leite batido com banana e aveia		
feira	Pão com ovo mexido	Feijão			
		Frango refogado			
	Fruta	Farofa de beterraba			
		Sobremesa: fruta	Fruta		
6 ^a	Leite com café	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis	Leite com café		
feira	Pão com	e repolho)	Pão com ovo e cenoura		
	manteiga	Feijão			
		Frango guisado			
		Sobremesa: fruta	Fruta		
	Fruta				

ANA C			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maçã e aveia	Arroz	Leite com café
feira	Fruta	Feijão	Cuscuz de tapioca
		Escondidinho de peixe (purê de batata	
		inglesa e peixe) Beterraba cozida e	
		chuchu sauté	Fruta
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com patê de frango, feijão fradinho,
		Frango refogado	cenoura, tomate e salsa
		Farofa de beterraba	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Suco de laranja com mamão
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo e cenoura
		Iscas de fígado aceboladas	
	Final	Batata assada ou sauté	F. A.
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
5 ^a	Leite batido com maçã	Arroz	Leite batido com banana, mamão e avei
feira	Pão com ovo mexido	Feijão	
		Frango guisado	
	Fruita	Escondidinho de abóbora com abobrinha	- Franks
C 3	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com banana e aveia	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Picadinho de carne	
		Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e	
	Fruta	couve) Sobremesa: fruta	Fruta
	nentar – PNAE 2025	Subjettlesa. Ilula	Fiula

NA D			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maracujá e banana	Arroz com cenoura e passas	Leite batido com banana e aveia
feira		Feijão	
		Ovo mexido	
		Batatas em camadas	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
3 ^a	Leite com café	Arroz	Arroz doce
feira	Pão com ovo mexido	Feijão	
		Frango com cenoura	
		Salada de batata e repolho roxo	
		Sobremesa: fruta	
	Fruta		Fruta
4 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Frango com quiabo	
		Abóbora refogada, assada ou purê de	
		abóbora	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
5 ^a	Leite com café	Feijão	Leite batido com banana
feira	Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e	Pão com ovo e cenoura
		abobrinha)	
		Carne moída	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite batido com maçã
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Frango ensopado	
		Repolho sauté	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta

MANA A				
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª	Leite com maçã, banana e	Suco integral	Arroz	Leite com café
feira	aveia		Feijão	Cuscuz de Tapioca
			Ovo mexido ou omelete	•
	Fruta		Abóbora refogada	
			Sobremesa: fruta	Fruta
3 ^a	Leite com café	Suco de melancia com	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	beterraba	Feijão	Pão com ovo mexido
			Gratinado de frango (batata inglesa e	
			frango)	
	Fruta		Salada de cenoura e tomate	Fruta
			Sobremesa: fruta	
4 ^a	Leite com café	Suco de abacaxi com hortelã	Arroz	Leite com café
feira	Pão com ovo mexido		Feijão carioca	Pão com pastinha de tomate e
			Isca de carne	orégano
			Farofa de couve	
			Sobremesa: fruta	
	Fruta			Fruta
5 ^a	Leite com café	Suco de maracujá com mamão	Arroz	Leite batido com banana e avei
feira	Pão com manteiga		Feijão	
			Frango ao molho	
			Abobrinha, berinjela e abóbora	
	1		refogada	
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com banana	Suco de laranja com cenoura	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga		Feijão	Pão com manteiga
			Frango com cenoura	
			Salada de batata e repolho roxo	
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta

MANA B				
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu	Canjica
			Sobremesa: fruta	Fruta
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora	Leite com café Pão com ovo mexido
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Suco de abacaxi com limão	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã cebola
	Fruta			Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido	Suco de maracujá com mamão	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba	Leite batido com banana e aveia
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Suco de melão com limão	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho) Feijão Frango guisado	Leite com café Pão com ovo e pastinha de cenoura
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta

MANA C				
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maçã e	Suco integral	Arroz	Leite com café
feira	aveia		Feijão	Cuscuz de tapioca
			Escondidinho de peixe (purê de	
			batata inglesa e peixe)	
	Fruta		Beterraba cozida com chuchu sauté	Fruta
			Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite com café	Limonada com hortelã	Arroz	Leite batido com banana
feira	Pão com manteiga		Feijão	Pão com patê de frango, feijão
			Frango refogado	fradinho, cenoura, tomate e sa
			Farofa de beterraba	
			Sobremesa: fruta	
	Fruta			Fruta
4 ^a	Leite batido com banana	Suco de maracujá com	Arroz	Suco de laranja com mamão
feira	Pão com manteiga	cenoura	Feijão	Pão com ovo e cenoura
	_		Iscas de fígado aceboladas	Fruta
			Batata assada ou sauté	
	Fruta		Sobremesa: fruta	
5 ^a	Leite batido com maçã	Suco de melancia com	Arroz	Leite batido com banana, mam
feira	Pão com ovo mexido	beterraba	Feijão	e aveia
			Frango guisado	
			Escondidinho de abóbora com	
			abobrinha	
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com banana e	Suco de laranja com cenoura	Arroz	Leite com café
feira	aveia		Feijão	Pão com ovo mexido
	Pão com manteiga		Picadinho de carne	
			Jardineira de legumes (chuchu,	
	Fruits		cenoura e couve)	Final
e: Guia A	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta

MANA D				
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maracujá e banana	Suco integral	Arroz com cenoura e passas Feijão	Leite batido com banana e avei
	Fruta		Ovo mexido Batata em camadas Sobremesa: fruta	Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Arroz doce
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de melão com limão	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com mamão	Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de abacaxi com limão	Arroz Feijão Frango ensopado Repolho sauté Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com maçã, banana e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Suco de melancia com beterraba	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã e banana Assado de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Suco de abacaxi com hortelã	Arroz Feijão carioca Iscas de carne Farofa de couve Salada de tomate e pepino	Leite com café Bolo de laranja	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com mamão	Sobremesa: fruta Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Fruta Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Fruta Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu	Canjica Fruta	Canjica Fruta
			Sobremesa: fruta		
3 ^a feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora	Suco de laranja com cenoura Pão com pastinha de tomate e orégano	Suco de laranja com cenoura Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta	
4ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Suco de abacaxi com limão	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata Sauté Salada de alface	Leite com café Bolo de banana	Leite com café Pão com ovo mexido
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta	Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido	Suco de maracujá com mamão	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga	Leite batido com banana Pão com manteiga
	Fruta			Fruta	Fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Suco de melão com limão	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Suco de maracujá Assado de frango	Leite com café Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté	Leite com café Bolo de fubá Fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Limonada com hortelã	Sobremesa: fruta Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Salada de alface e pepino Sobremesa: fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de maracujá com cenoura	Arroz Feijão Iscas de fígado aceboladas Batata assadas ou sauté Salada de alface	Suco de maracujá Assado de frango	Leite com café Pão com ovo mexido
5ª feira	Fruta Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de melancia com beterraba	Sobremesa: fruta Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Salada de alface Sobremesa: fruta	Fruta Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga Fruta	Fruta Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2 ^a feira	Leite batido com maracujá e banana	Suco integral	Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Salada de tomate Sobremesa: fruta	Arroz doce Fruta	Arroz doce
	Fruta				
3 ^a feira	Leite com café Pão com ovo mexido	Suco de laranja e cenoura	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo	Leite com café Bolo de laranja	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta	Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de melão com limão	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã e banana Assado de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Suco de laranja e mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura
	Fruta	<u> </u>			Fruta
5 ^a feira	Leite com café Pão com manteiga	Suco de maracujá com mamão	Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Salada de tomate	Limonada com hortelã Pão com omelete	Limonada com hortelã Pão com omelete
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta	Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Suco de abacaxi com limão	Arroz Feijão Frango ensopado Repolho sauté	Suco de maracujá Escondidinho de frango	Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída
	Fruta		Sobremesa: fruta	Fruta	Fruta

EMANA A			SEMANA B		
	Lanche especial	Almoço	Lanche especial	Almoço	
2ª feira	Leite batido com maçã e banana e aveia	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã	Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobremesa: fruta	
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou pur de abóbora Sobremesa: fruta	
4ª feira	Leite batido com banana	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã e banana e aveia	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	
6ª feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Mingau de aveia	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	

EMANA C			SEMANA D	
	Lanche especial	Almoço	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Leite batido com maçã, banana e aveia	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobremesa: fruta	Leite batido com banana e mamão	Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido batata em camadas Sobremesa: fruta
3ª feira	Leite batido com banana	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã, banana e aveia	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Iscas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté Sobremesa: fruta	Mingau de aveia	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta
5ª feira	Leite batido com banana e mamão	Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e tomate) Feijão Carne moída Sobremesa: fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga mentar – PNAE 2025	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite batido com maracujá e banana	Arroz Feijão Frango ensopado Repolho sauté Sobremesa: fruta

IANA A			
	Refeição láctea	Almoço	Lanche V
2 ^a	Leite batido com banana e mamão	Arroz	Leite batido com banana e aveia
feira		Feijão	
		Ovo mexido ou omelete	
		Abóbora refogada	Fruta
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com iogurte natural, maçã e
feira	Pão com manteiga	Feijão	banana
		Gratinado de frango (batata inglesa e	Pão com manteiga
		frango)	
		Salada de cenoura e tomate	
		Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite batido com banana, maçã e aveia	Arroz	Leite batido com maçã
feira		Feijão carioca	Pão com ovo mexido
		Isca de carne	
		Farofa de couve	
		Sobremesa: fruta	
			Fruta
5 ^a	Mingau de aveia	Arro	Leite batido com banana, mamão e avei
feira		Z	
		Feijã	
		0	
		Frango ao molho	Fruta
		Abobrinha, berinjela e abóbora refogada	
		Sobremesa: fruta	
6 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café
feira		Feijão	Pão com ovo mexido
		Frango com cenoura	
		Salada de batata e repolho roxo	
		Sobremesa: fruta	Fruta

feira banana Feijão Ovo mexido ou omelete Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobremesa: fruta Fruta 3ª feira Leite com café Pão com manteiga Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta Leite batido com banana e aveia Fruta 4ª feira Leite batido com banana e aveia Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Leite batido com mamão Pão com manteiga 5ª feira Leite com café Pão com manteiga Arroz Feijão Frango refogado Frango refogado Frango refogado Frango de beterraba Sobremesa: fruta Leite batido com iogurte natura banana 6ª Leite batido com banana e mamão Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Com ovo mexido Leite com café Pão com ovo mexido				
feira banana Feijão Ovo mexido ou omelete Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobremesa: fruta Fruta 3ª feira Leite com café Pão com manteiga Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta Leite batido com ovo mexido 4ª feira Leite batido com banana e aveia Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Leite batido com mamão Pão com manteiga 5ª feira Leite com café Pão com manteiga Arroz Feijão Frango refogado Frango refogado Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta Leite batido com iogurte natura banana 6ª feira Leite batido com banana e mamão Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Pão com ovo mexido		Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
Ovó mexido ou omelete Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobremesa: fruta Pao com café Pão com manteiga Fruta Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta Fruta Fruta Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta Fruta Fruta Leite batido com mamão Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Sa Leite com café Pão com manteiga Frijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Leite batido com mamão Pão com manteiga Fruta Fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Fruta Banana Fruta Leite batido com iogurte natura banana Fruta Leite batido com iogurte natura banana Fruta Banana Fruta Leite com café Pão com ovo mexido	2 ^a	Leite batido com iogurte natural, maçã e	Arroz	Leite batido com banana, mamão e avei
Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobremesa: fruta Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta Fruta Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta Fruta Pao com ovo mexido Fruta Leite batido com banana e aveia Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta Salada de beterraba, vagem e chuchu Fruta Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta Fruta Fruta Fruta Salada de beterraba, vagem e chuchu Fruta Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta Fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Fruta Fruta Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Pão com ovo mexido	feira	banana		
Sobremesa: fruta Sobremesa: fruta Fruta			_	
Ceite com café Pão com manteiga Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta Fruta				F. A.
Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta Fruta Leite batido com banana e aveia Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta Fruta Leite com café Pão com manteiga Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta Fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Feijão Fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Frita Leite batido com iogurte natura banana Fruta Leite com café Pão com ovo mexido			Sobremesa: fruta	Fruta
feiraPão com manteigaFeijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: frutaFruta4ª feiraLeite batido com banana e aveiaArroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: frutaLeite batido com mamão Pão com manteiga5ª feiraLeite com café Pão com manteigaArroz Feijão Frango refogado Frango refogado<	3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com maçã
Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta 4ª Leite batido com banana e aveia Fruta Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta 5ª Leite com café Pão com manteiga Frigão Feijão Frigão Frigã	feira	Pão com manteiga	Feijão	
de abóbora Sobremesa: fruta 4ª Leite batido com banana e aveia feira Leite batido com banana e aveia Fruta Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta 5ª Leite com café Pão com manteiga Arroz Feijão Frango refogado Frango refogado Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta 6ª Leite batido com banana e mamão Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Leite com café Pão com ovo mexido		_		
Aroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Leite batido com mamão Pão com manteiga Fruta Fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Frango refogado Frango re			Abóbora refogada, assada ou purê	
Sobremesa: fruta 4ª Leite batido com banana e aveia Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta 5ª Leite com café Pão com manteiga Arroz Feijão Friga F			1	
4ª feiraLeite batido com banana e aveiaArroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: frutaLeite batido com mamão Pão com manteiga5ª feiraLeite com café Pão com manteigaArroz Feijão Frango refogado Frango refogado Frarofa de beterraba Sobremesa: frutaLeite batido com iogurte natura banana6ª feiraLeite batido com banana e mamãoEspaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) FeijãoLeite com café Pão com ovo mexido			5.5 5.5 5.5	Fruta
feiraFeijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: frutaPão com manteiga5ª feiraLeite com café Pão com manteigaArroz Feijão Frango refogado Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: frutaLeite batido com iogurte natura banana6ª feiraLeite batido com banana e mamãoEspaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) FeijãoLeite com café Pão com ovo mexido				
Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta 5ª Leite com café Pão com manteiga Feijão Frango refogado Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta 6ª Leite batido com banana e mamão Feijão Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Farofa de carne Batata sauté ou assada Fruta Fruta Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Farofa de beterraba Sobremesa: fruta Fruta Fruta	=	Leite batido com banana e aveia		
Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta Fruta 5a Leite com café Pão com manteiga Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta Fruta Leite batido com iogurte natura banana Fruta Fruta Fruta 6a Leite batido com banana e mamão feira Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão	teira			Pao com manteiga
5° feiraLeite com café Pão com manteigaArroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: frutaLeite batido com iogurte natura banana6° feiraLeite batido com banana e mamãoEspaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) FeijãoLeite com café Pão com ovo mexido			Batata sauté ou assada	
5ª feiraLeite com café Pão com manteigaArroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: frutaLeite batido com iogurte natural banana6ª feiraLeite batido com banana e mamãoEspaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) FeijãoLeite com café Pão com ovo mexido			Sobremesa: fruta	
feiraPão com manteigaFeijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: frutabanana6ª feiraLeite batido com banana e mamãoEspaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) FeijãoLeite com café Pão com ovo mexido				Fruta
Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta	-			Leite batido com iogurte natural, maçã e
Farofa de beterraba Sobremesa: fruta Fruta 6ª Leite batido com banana e mamão feira Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Fruta Leite com café Pão com ovo mexido	feira	Pão com manteiga		banana
Sobremesa: fruta Fruta 6a Leite batido com banana e mamão feira Leite batido com banana e mamão feira Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Pão com ovo mexido				
6ªLeite batido com banana e mamãoEspaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) FeijãoLeite com café Pão com ovo mexido			1	F
feira e repolho roxo) Pão com ovo mexido Feijão				
Feijä́o ′	-	Leite batido com banana e mamão		
	teira			Pão com ovo mexido
Sobremesa: fruta			Frango guisado	Fruto

ANA C			
	Refeição láctea	Almoço	Lanche V
2 ^a	Leite batido com banana e aveia	Arroz	Leite batido com banana, mamão e avei
feira		Feijão	
		Escondidinho de peixe (purê de batata	
		inglesa e peixe)	
		Beterraba cozida com chuchu sauté	Fruta
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Mingau de aveia	Arroz	Suco de laranja com mamão
feira		Feijão	Pão com ovo e cenoura
		Frango refogado	
		Farofa de beterraba	Fruits
		Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite batido com banana e mamão	Arroz	Leite batido com iogurte natural, maçã e
feira		Feijão	banana
		Iscas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté	
		Sobremesa: fruta	Fruta
5 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana e aveia
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com manteiga
ielia	rao com manteiga	Frango guisado	Fao com manteiga
		Escondidinho de abóbora com abobrinha	
		Sobremesa: fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com iogurte natural, banana	Arroz	Leite batido com iogurte natural, maçã e
feira	e maçã	Feijão	banana
. 5 4	2	Picadinho de carne	Pão com patê de frango, feijão fradinho,
		Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e	cenoura, tomate e salsa
		couve)	,,
		Sobremesa: fruta	Fruta

IANA D			
	Refeição láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Leite batido com banana, maçã e aveia	Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana
		Batata em camadas Sobremesa: fruta	Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: Fruta	Leite batido com banana e aveia Fruta
4ª feira	Leite batido com banana e aveia	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido
=-			Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Feijão Carne moída Sobremesa. fruta	Leite batido com maracujá e banana Fruta
6ª feira	Leite batido com maracujá e banana	Arroz Feijão Frango ensopado Repolho sauté Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maçã, banana e aveia	Arroz	Leite com café
- feira	Fruta	Feijão	Cuscuz de tapioca
iona	1.1312	Ovo mexido ou omelete	Fruta
		Abóbora refogada	
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite com café	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
	, as sommanienga	Gratinado de frango (batata inglesa e frango)	
		Salada de cenoura e tomate	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite com café	Arroz	Leite com café
feira	Pão com ovo mexido	Feijão carioca	Pão com pastinha de tomate e orégano
		Isca de carne	·
		Farofa de couve	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
5 ^a	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana e aveia
feira	Pão com manteiga	Feijão	
		Frango ao molho	
		Abobrinha, berinjela e abóbora refogada	
	Fruta	Sobremesa: Fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com manteiga
		Frango com cenoura	_
		Salada de batata e repolho roxo	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta

	Docioium	Almana	Lanche IV
	Desjejum	Almoço	
2 ^a	Leite batido com maçã e aveia	Arroz	Canjica
feira	Fruta	Feijão	
		Omelete ou ovo mexido	
		Salada de beterraba, vagem e chuchu	Fruta
		Sobremesa: fruta	
3 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Frango com quiabo	
		Abóbora refogada, assada ou purê de	
		abóbora	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite com café	Arroz com cenoura	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com frango, cenoura, maçã e cebo
		Estrogonofe de carne	
		Batata sauté ou assada	
		Sobremesa: fruta	
	Fruta		Fruta
5 ^a	Leite batido com maçã	Arroz	Leite batido com banana e aveia
feira	Pão com ovo mexido	Feijão	
		Frango refogado	
		Farofa de beterraba	
	Fruta	Sobremesa: Fruta	Fruta
6 ^a	Leite com café	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis	Leite com café
feira	Pão com manteiga	e repolho)	Pão com ovo e cenoura
		Feijão ´	
		Frango guisado	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta

	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maçã e aveia	Arroz	Leite com café
feira		Feijão	Cuscuz de tapioca
		Escondidinho de peixe (purê de batata	'
		inglesa e peixe)	
		Beterraba cozida e chuchu sauté	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
3ª	Leite com café	Arroz	Leite batido com banana
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com patê de frango, feijão fradinho,
		Frango refogado	cenoura, tomate e salsa
		Farofa de beterraba	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
4 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Suco de laranja com mamão
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo e cenoura
		Iscas de fígado aceboladas	
		Batata assada ou sauté	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
5 ^a	Leite batido com maçã	Arroz	Leite batido com banana, mamão e aveia
feira	Pão com ovo mexido	Feijão	
		Frango guisado	Fruits
		Escondidinho de abóbora com abobrinha	Fruta
	Fruta	Sobremesa: Fruta	
6 ^a	Leite batido com banana e aveia	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Picadinho de carne	
		Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e	
	Final	couve)	Fire
	Fruta entar – PNAE 2025	Sobremesa: fruta	Fruta

	Desistana	Almana	Lamala - N/
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2 ^a	Leite batido com maracujá e banana	Arroz com cenoura e passas	Leite batido com banana e aveia
feira		Feijão	
		Ovo mexido	
		Batata em camadas	Fourt
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
3 ^a	Leite com café	Arroz	Arroz doce
feira	Pão com ovo mexido	Feijão	
		Frango com cenoura	
		Salada de batata e repolho roxo	
		Sobremesa: fruta	
	Fruta		Fruta
4 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite com café
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Frango com quiabo	
		Abóbora refogada, assada ou purê de	
		abóbora	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta
5 ^a	Leite com café	Feijão	Leite batido com banana
feira	Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e	Pão com ovo e cenoura
		abobrinha)	
		Carne moída	
	Fruta	Sobremesa: Fruta	Fruta
6 ^a	Leite batido com banana	Arroz	Leite batido com maçã
feira	Pão com manteiga	Feijão	Pão com ovo mexido
		Frango ensopado	
		Repolho sauté	
	Fruta	Sobremesa: fruta	Fruta

SEMANA A					
Refeição	2ª feira	3ª feira	4 ^a feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou
6 a 12 meses	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil
	Maçã	Banana	Maçã e mamão	Mamão e banana	Mamão
Desjejum	Leite	logurte natural batido	Leite	Leite	Leite
1 a 3 anos e	Maçã	com leite, mamão e	Maçã e mamão	Banana	Mamão
11 meses			_		
Desjejum	Mingau de tapioca	logurte natural batido	Leite	Leite	Leite
4 a 5 anos e		com leite, mamão e	Maçã e mamão	Banana	Mamão
11 meses		banana			
Lanche	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou
6 a 12 meses	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil
	Mamão e banana	Mamão	Maçã e banana	Maçã	Banana
Lanche	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
1 a 3 anos e	Mamão e banana	Mamão	Maçã e banana	Bolo de maçã, aveia e	Banana
11 meses			-	passas	
Lanche	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
4 a 5 anos e	Mamão e banana	Mamão	Maçã e banana	Bolo de maçã, aveia e	Banana
11 meses				passas	

[•] As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado.

SEMANA B	03.5-1	03.6-1	42.6.1	F2 C-1	03.6-1
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou
6 a 12 meses	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil
	Banana	Mamão e banana	Maçã	Maçã e banana	Banana
Desjejum	Leite batido com	Leite	Leite	Leite	logurte natural com
1 a 3 anos	maracujá e banana	Mamão e banana	Maçã	Maçã e banana	aveia e Banana
e11 meses					
Desjejum	Leite batido com	Leite	Leite batido com	Leite	logurte natural com
4 a 5 anos e	maracujá e banana	Mamão e banana	maçã e aveia	Maçã e banana	aveia e Banana
11 meses					
Lanche	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou	Leite materno ou
6 a 12 meses	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil	fórmula infantil
	Maçã	Maçã e banana	Maçã e mamão	Mamão	Mamão e banana
Lanche	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
1 a 3 anos e	Maçã	Maçã e banana	Maçã e mamão	Mamão	Mamão e banana
11 meses	1				
Lanche	Leite	Arroz doce	Leite	Leite	Leite
4 a 5 anos e	Maçã		Maçã e mamão	Mamão	Mamão e banana
11 meses	,		,		

[•] As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado.

SEMANA C					
Refeição	2ª feira	3ª feira	4 ^a feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Leite materno ou fórmula infantil Maçã e banana	Leite materno ou fórmula infantil Mamão e banana	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Mamão e banana
Desjejum 1 a 3 anos e11 meses	Leite Maçã e banana	logurte natural batido com leite, mamão e banana	Leite Banana	Leite Mamão	Leite Mamão e banana
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Leite Maçã e banana	logurte natural batido com leite, mamão e banana	Leite Banana	Mingau de aveia	Leite Mamão e banana
Lanche 6 a 12 meses	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Maçã e mamão	Leite materno ou fórmula infantil Maçã	Leite materno ou fórmula infantil Banana
Lanche 1 a 3 anos e 11 meses	Leite Banana	logurte natural com aveia e banana	Leite Maçã e mamão	Leite Maçã	Leite Bolo de fubá, cenoura e laranja
Lanche 4 a 5 anos e 11 meses	Leite Banana	logurte natural com aveia e banana	Leite Maçã e mamão	Leite Maçã	Leite Bolo de fubá, cenoura e laranja

[•] As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado.

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Leite materno ou fórmula infantil Mamão e banana	Leite materno ou fórmula infantil Maçã	Leite materno ou fórmula infantil Maçã e mamão	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil Maçã
Desjejum 1 a 3 anos e11 meses	Leite Mamão e banana	Leite Maçã	Leite Maçã e mamão	Leite batido com maracujá e banana	Leite batido com maçã e aveia
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Leite Mamão e banana	Leite Maçã	Leite Maçã e mamão	Leite Banana	Leite batido com maçã e aveia
Lanche 6 a 12 meses	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil Mamão e banana	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Maçã e banana	Leite materno ou fórmula infantil Mamão e banana
Lanche 1 a 3 anos e 11 meses	Leite Banana	logurte natural batido com leite, mamão e banana	Leite Pão de cenoura com pasta de ovos	Leite Maçã e banana	Leite Mamão e banana
Lanche 4 a 5 anos e 11 meses	Mousseline de aveia Banana	logurte natural batido com leite, mamão e banana	Leite Pão de cenoura com pasta de ovos	Leite Maçã e banana	Leite Mamão e banana

[•] As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado.

nche IV	28 Faire	28 50:40	48 Faire	E3 Faire	Câ Faire
Semanas	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana A	Suco de melancia	Suco de laranja	Musselini de aveia	Leite	Suco de melancia
	Escondidinho de	Pão de beterraba com	Banana	Bolo de maçã, aveia,	Escondidinho de
	frango com abobrinha	pasta de grão de bico	Fruta	canela e passas	carne com espinafre
	Fruta	Fruta		Fruta	Fruta
Semana B	Suco de laranja	Torta de milho com	Leite	Suco de melancia	Mousseline de avei
	Ovo mexido, salada	legumes (abobrinha,	Pão de cenoura com	Escondidinho de	Banana
	de cenoura e	cenoura e cebola)	pastinha de ovo	carne com espinafre	Fruta
	beterraba	Leite batido com	Fruta	Fruta	
	Fruta	maracujá e banana			
		Fruta			
Semana C	Leite	Suco de melancia	Suco de laranja	Suco de laranja	Leite
	Maçã assada com	Escondidinho de	Pão de beterraba com	Ovo mexido	Bolo de banana e
	aveia e canela	frango com abobrinha	pasta de grão de bico	Salada de cenoura e	ameixa
	Fruta	Fruta	Fruta	beterraba	Fruta
				Fruta	
Semana D	Leite	Mousseline de aveia e	Leite	Suco de melancia	Torta de milho com
	Bolo de fubá, laranja	Banana	Pão de cenoura com	Escondidinho de	legumes (abobrinha
	e cenoura	Fruta	pasta de ovo	carne com espinafre	cenoura è cebola)
	Fruta		Fruta	Fruta	Leite batido com
					maracujá e banana
					Fruta

<sup>As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado.
O Lanche IV atende crianças maiores de 1 ano.</sup>

EMANA A					
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Almoço	Risoto de peixe com cenoura e chuchu Feijão preto Batata cozida Fruta	Macarrão (talharim) Feijão preto Frango guisado com abobrinha Fruta	Arroz Feijão preto Ovo mexido Salada de cenoura e beterraba Fruta	Arroz Feijão preto Fígado acebolado Salada de batata e brócolis Fruta	Arroz Feijão preto Carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e batata) Fruta
Jantar	Arroz Feijão preto Frango ensopado com batata e cenoura Chicória refogada Fruta	Arroz Feijão preto Carne com espinafre Angu Fruta	Arroz Feijão preto Iscas de frango Aipim cozido Creme de abóbora Fruta	Sopa carioca (carne, feijão carioca, batata baroa, batata doce, cenoura e abobrinha) Fruta	Arroz com abobrinh: Feijão preto Frango guisado com cenoura Fruta

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Almoço	Arroz Feijão com beterraba Ovo cozido Salada de chuchu e batata Fruta	Arroz Feijão preto Picadinho de carne com repolho roxo Quibebe de abóbora Fruta	Arroz Feijão preto Moela de frango com espinafre Angu Fruta	Macarrão (fusilli) Feijão preto Carne moída com berinjela Cenoura sauté Fruta	Arroz Feijão carioca Estrogonofe de frango Salada de batata e brócolis Fruta
Jantar	Arroz de carreteiro (carne e couve) Feijão preto Farofa de farinha de milho flocada com cenoura Fruta	Arroz Feijão preto Iscas de frango Jardineira de Iegumes (berinjela, abóbora, abobrinha, orégano) Fruta	Arroz Feijão preto Soufflé de peixe com batata Salada de vagem, cenoura e tomate Fruta	Arroz Feijão preto Frango ensopado com batata e cenoura Chicória refogada Fruta	Sopa de feijão (feijão preto, carne, massa repolho, beterraba e aipim) Fruta

MANA C	ar Creches/EDI				
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Almoço	Risoto de frango com cenoura e repolho Feijão preto Salada de chuchu com ovos e salsinha Fruta	Arroz Feijão carioca Frango assado com Iaranja Palitinhos de beterraba Fruta	Arroz Feijão preto Ovo mexido com vagem Salada de batata e cenoura Fruta	Arroz Feijão preto Picadinho de carne com espinafre Batata cozida Fruta	Macarrão (Fusili) Feijão preto Frango guisado com abobrinha Fruta
Jantar	Arroz Feijão preto Ovo mexido Salada de cenoura e beterraba Fruta	Sopa Minestrone (feijão branco, carne, massa, inhame, abóbora, repolho) Fruta	Macarrão à primavera (fusili, abobrinha, repolho roxo e brócolis) Feijão preto Frango guisado Fruta	Arroz Feijão preto com couve Carne moída com chuchu Angu Fruta	Arroz Feijão preto Carne moída com bertalha Batata doce cozida Fruta

lano Alimentar Creches/EDI					
SEMANA D Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Almoço	Arroz Feijão preto Ovo mexido Palitos de beterraba Fruta	Arroz com abobrinha Feijão preto Frango guisado com cenoura Fruta	Arroz Feijão preto Vaca atolada (carne, aipim e agrião) Fruta	Macarrão (gravatinha) ao molho Cubinhos de frango Feijão carioca Salada de brócolis com cenoura Fruta	Arroz Feijão preto Carne moída Ratatouille (berinjela e abobrinha) Fruta
Jantar	Arroz Feijão preto Frango refogado Creme de batata e espinafre Fruta	Arroz Feijão carioca Fígado acebolado Repolho roxo Aipim cozido Fruta	Arroz com espinafre Feijão preto Frango assado com Iaranja Inhame cozido Fruta	Arroz Feijão preto com couve Carne moída com chuchu Angu Fruta	Sopa de inhame (abóbora, inhame, couve-flor, frango e feijão carioca) Fruta